



Соблюдайте чистоту!

«Надо, надо умываться по утрам и вечерам...»



«А нечистым трубочистам - СТЫД И СРАМ!!!»

Содержите в чистоте свой дом
и двор, не мусорите!



Правильно питайтесь.

Разнообразное
Однообразное

Богатое овощами и фруктами

~~Богатая еда~~
Богатая еда

Регулярное

Без спешки

Второпях



Игра – «Что полезно?»

Сочетайте труд и

ОТДЫХ.



Телевизор, видео, компьютерные игры

Хороши в меру!

Прогулки, игры на свежем воздухе, чтение книг

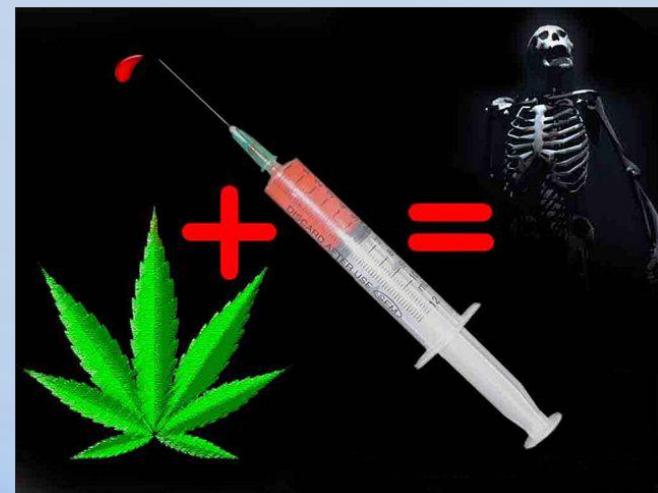


**Это возможности
для закаливания!**

Больше двигайтесь!



Не заводите вредных привычек



Курение, употребление спиртного, наркотиков.

**соблюдать чистоту,
правильно питаться,
сочетать труд и отдых,
много двигаться,
не иметь вредных привычек.**

